高齢者福祉と福祉施設入所者の生活（衣食住）についての現況と課題

第２報　施設入所者の生活からみた現況と衣生活に関する一考察

高間由美子・高木為一郎

はじめに

急テンポで高齢化が進むわが国の21世紀を特徴づける言葉に「長寿社会」が挙げられる。元気な高齢者がいつまでも健康で生きがいを持って生活できることが望ましいが、なかには寝たきりや痴呆などで介護を必要とする者もいる。その割合は年齢が高くなるほど上昇し、85歳以上では４人に１人が介護を必要としている。この介護の負担を少しでも軽減するため、「要支援」・「要介護」による介護サービスがある。そこで第１報では、高齢者福祉問題を社会保障制度と福祉施設についてその背景・沿革から概観、更に岐阜県と全国の比較を行ない、今後の福祉のあるべき姿の提言を試みた。

第２報(本稿)では、近在の福祉施設を見学し、施設サイドおよび入所者サイドに対して聞きとり調査を行ない福祉施設の現況と、その環境、あるいは入所者の生活の充実への対策の検討を試みた。特に加齢に伴う身体機能の低下による衣生活環境の変化を考慮し、生活環境の一部として衣生活を整える必要性から高齢婦人の衣生活を検討した。

１．福祉施設の現況と課題

福祉施設における聞きとり調査を行なった。施設の内容、状況、環境などは施設ごとに違いはあるものの、現況を知る上で大いに参考になった。そこで各施設に対して施設等の現況を尋ねたことに対する返答の要約を下記にまとめる。

(1)施設環境についての現況

Ａ施設：施設の緑地が広いので地域交流の場として活用している。朝夕の散歩コース、憩の場、運動会開催などを通して地域住民に親しんでもらう機会を作っている。

Ｂ施設：採光のいい部屋、広い空間などを重点に入所者が明るくゆったり過ごせる環境づくりを常に配慮している。

Ｃ施設：ADL（日常生活動作）が衰え一部介助から全介助に移行しないよう環境整備の充実を計っている。

Ｃ施設：真のバリアフリーとしてミニ動物園の動物とふれあう、庭の散歩を楽しむ、売店、喫茶室の設営も入所者に限らず地域にも開放する。

Ｄ施設：介護は医療と隣合わせにならないと利用者に不安感を抱かせるので今後はそのための施設整備が急務となる。

施設の環境整備となるとどの施設も限りがないというのが本音のようである。その他となると、やはり地域との交流の場を設けたいとの意見が圧倒的に多く聞かれた。一口に地域との交流といってもなかなかむずかしく、まず訪問しやすい環境、訪問できる環境を作ることが必要である。そのための年中行事であったり、クラブ活動であったり、あるいは喫茶室であったりと施設の特徴がみられる。これらは入所者あるいは訪問者の面談の場を提供することにある。人の出入りは施設全体を明るく、和やかな雰囲気を生む。それは家庭の雰囲気、近所の人たちとふれあう場の雰囲気に近づくことにつながる。それまで社会で活躍してきたお年寄りが体こそいくらか不自由になったと言えども、思いはゆったりと楽しく生きることにある。不自由さを克服しながらその人らしい生活が送れるよう、よりきめ細かい環境の整備を願う。

図１　特別養護老人ホームと隣合わせに保育園を併設。
入所者と園児のふれあいの場にもなっている。　2000年３月

⑵介護サービスを実施する上での重要性

Ｃ施設：入所者や家族の希望に添えるようケアプランの実施をめざす。

Ａ施設：家庭にいるような雰囲気で生活できる工夫が必要であり大切でもある。

Ａ施設：入所者との職員の対応には信頼関係を大切にしたい。

Ｅ施設：マニュアル通りにはいかないが、そのつど必要なこと大切なことを実践していくことがサービスにつながると考える。

Ｄ施設：目に見えるサービスの強化として食事の充実を考えたい。おいしい食事、楽しい食事は人生の喜びのひとつである。食事の満足感は生活の満足度、延いては施設の満足度にもつながる。

Ｃ施設：施設のサービスアップに職員の対応が重要になってくる。

Ｂ施設：入所者ひとりひとりの情報入手することがサービスにつながる。つまり10人10色であり、環境、家族も異なるので職員もきめ細かく対応するよう心掛けている。

Ｅ施設：100％のサービス提供は職員の仕事50％、入所者への接し方50％と考えている。

Ｂ施設：看病は病気が治れば終るが介護はそうはいかないので常に心のケアが大切である。

Ｃ施設：日課の工夫で生き生き過ごせるようクラブ活動を11種類以上準備している。（囲碁、将棋、マージャン、カラオケ、書道、水墨画、音楽、茶華道、手芸など）

介護サービスは入所者個人を対象とすることから、職員の対応の善し悪しで入所者の満足度が決まる。しかも満足度は入所者ひとりひとり異なるためマニュアル通りにはなかなかいかない。かと言って職員は指導を受けながら対応するわけでもなく、とにかくテキスト通りに実践してみてその結果何をどうすれば良いかを見極めながらそのノウハウを体得する。また、介護福祉士の基礎教育を受けている職員ばかりではないのも現実である。たとえば午後になるとお年寄りへの対応もむずかしくなる。それは車イスの老人をベッドに寝かせてあげたいが、医学知識上“８時間位は起こしておく”となるとそのための対応が必要になる。しかし常に一対一の対応をすることも困難であり、このようなことが毎日となると大変である。

介護が即サービスにつながることからも介護ができても対応の仕方となると職員自身も悩み、不安を抱かえ仕事に混乱をきたすこともあると言う。また、ある施設長からは利用者は常に病気に対する不安感を持っているため医療面の不安を取り除く上でも病院が後楯になってくれる介護になる日もそう遠くはないだろうとの言葉からも入所者にとって安心な介護がもっとも大切である。

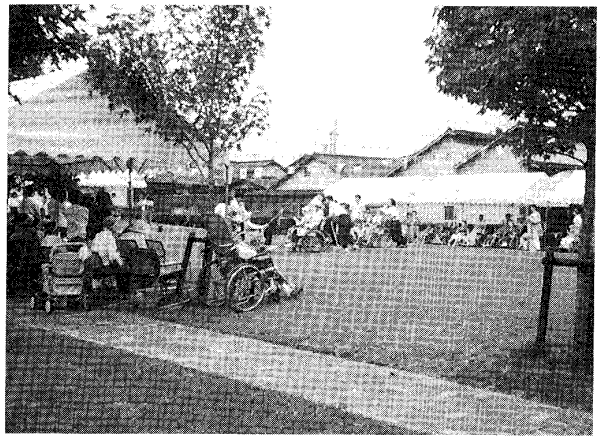


図２　広い敷地を利用しての運動会
入所者が増えたため、今年から家族の参加はできなくなり心なしか盛り上がらない様子。
特別養護老人ホーム　2000年９月30日

図３　盆踊り大会
敷地内で櫓を組んでの盆踊り大会は入所者と家族の参加型の夏祭り。館内には作品展示も同時開催されている。
老人保健施設　2000年８月19日

(3)施設での今後の取り組み

A施設：地域社会との交流をいま以上に質、量ともに高めていきたい。

A施設：母子福祉会や寿会のボランティア活動の協力は、活動する人にとっても励みになるとともに、入所者たちにとっても交流ができ家庭的な雰囲気が伝わるので今後もこのような交流を続けていきたい。

D施設：住宅事情、介護者の有無、核家族化などにより、今後ますます在宅介護はむずかしくなると予測されるので福祉施設の充実が不可欠となる。

D施設：痴呆性老人のためのグループホームを平成13年度に開設を予定している。

B施設：デイサービスの不足の解消を計る。

C施設：ホームヘルパー、ケアマネージャーの質の格差を均一化させ、一層の向上を計る。

A施設：痴呆性と体感マヒの入所者を別々に処遇することが望ましい。

C施設：利用者や家族に施設の選択ができることが望ましい。現況ではなかなか難しいが、その実現に向けていきたい。

B施設：在宅サービスが充分であっても家庭に戻れない事情をもった高齢者に対して施設が考えなければならないことは何か。

C施設：ケアマネージャーの連携ミスによるサービス業務とのトラブルが絶えないことから、ケアプランの内容や希望を利用者に充分理解してもらう必要がある。

C施設：施設利用から在宅介護に移行する場合、満足のゆくサービスを地域で支えていくためにはどうしたらよいか。

家族形態の変化によって家族や結婚に関する人々の意識が大きく変わってきた。そのため介護も在宅だけではなく施設に頼らなければならないのが現実である。つまり親子同居よりも夫婦優先になるため跡とりの観念も薄れ、子供は結婚を機に独立、別居という形の核家族が多くなってくるからである。核家族化が進めば、家族で老親扶養の機能も果たせなくなることから介護を必要としている高齢者は施設の利用者にならざるを得ない。たとえ施設の利用を望まなくても住宅事情を考え合わせると在宅介護はなかなか難しい。また住んでいる地域性が影響を及ぼす場合もある。それは、近所の目があるため無理をしてでも家族で介護をすることである。そのため入所させるよりはデイサービスを利用する方がまだ体裁がいいと考える。もちろんホームヘルパーもお断りといった状況である。ここでは高齢者の気持ちよりも家族の意向が強く働く。

このように施設利用に至るまでの過程には、施設を利用する入所者の意向もさることながら、家族構成や家族の考え方、あるいは地域性が大きく左右する要因となる場合がある。

これらの状況から利用者側も施設側もお互いの気持ちを理解し合いながら介護を行なわなければならず、施設の課題や取り組みも必然的に多岐にわたると同時にさらなる改善が必要である。

2．施設での食生活にふれてみる

食べることがよりよく生きるためにいかに重要であるかを考えた時、とにかく美味しく楽しく食べられることを第一条件に挙げたい。もちろん3度の食事をきちんと摂取することは当然であることはいうまでもない。おいしい物や好きなものを食べることは人生の喜びのひとつであり、食習慣や好き嫌いは個人でさまざまであるが、でき得る限り嗜好を尊重して食事作り（メニュー作り）がなされることが望ましい。ここでは施設の職員の方、栄養士の方にお聞きしたことをまとめる。

ある施設では焼きそばなどの簡単なメニューは入所者達で協力しあって調理することもあるという。集団行動には非常にリハビリ効果も高く、団体で生活する楽しさもあり、リハビリを兼ねた生活の場として活用されている。

また、ある施設では仲間と一緒に楽しく食べられるよう、朝起きてまず着替えをすませ、食堂に集まって朝食を摂る。朝食にはごはん、おかゆ、パンなど個人の好みに合わせてメニュー設定がなされ、それに副菜のおかずが加わる。その他、食事に関しては個別カードを作成し、メニュー、好み、体の具合い、その日の体調、家族からの要望など、栄養価の面以外からもきめ細かくチェックする。この方法は他の施設でも行なっていると聞く。

また調理の仕方も①一口大、②きざみ、③ミキサー、④流動食、⑤普通食の5段階に分けている。

表1　今週の献立　10月のある一週間（昼）

	献　立	おやつ
月	白身魚照焼　卵とじ ポテトサラダ　厚揚煮付 味噌汁	きんつば
火	豚肉のおろしかけ 青菜のしめじ和物 切干サラダ　味噌汁　果物	手作り オレンジゼリー
水	カレーライス　野菜サラダ 貝柱フライ　漬物　果物	クリームコンフェ
木	鶏味噌カツ　里芋の煮付 ゆずなます　かき玉汁　漬物	芋きんとん
金	松花堂弁当	ココアのババロア
土	牛肉のしゃぶしゃぶ風 蓮根の煮付 法蓮草のお浸し コーンコロッケ　味噌汁	栗まんじゅう

※主菜は好みにより選択できる工夫がなされている。

「食事は大事。目で感じて楽しんでもらえるように。」とは献立を工夫する栄養士さんからのお話である。

メニューの中には本日の調理師のお奨め料理や季節豊かな行事食なども献立に組み入れられる。差し当たり松花堂弁当は、この施設の一番人気のようである。煮物、切り身の焼魚、揚物、栗ごはん、果物がきれいに盛りつけられていた。いかにも食欲がそそられる献立である。ただし、メニューは施設によって大きく左右され、状況も異なるので必ずしも入所者が満足しているとも限らずむづかしいところである。

3．健常高齢者の生活時間

高齢者が元気で生きがいのある生活を営むための指針として、1日の生活時間の状況を見ることは入所者への心配りにもつながると考える。そこで65歳以上の男女ひとりずつに生活時間を1週間記録してもらい、その平均的状況を**図4**に示した。

１次活動時間は、睡眠、食事、身の回りの用事など生理的に必要な活動の時間、２次活動時間は、仕事、家事、買い物など社会生活を行う上で義務的な性格の強い活動時間、３次活動時間は１次、２次以外の各人が自由に使えるいわゆる余暇活動の時間である。

のちの**事例１（図５）**、**事例２（図６）**の高齢者は身体機能こそ低下はしているものの、３次活動の時間の活用を工夫すれば生活に張りができる。このふたりは共に何をするということもないので気の合う入所者と話をしている時が多いという。ひとつでも夢中になれることがあれば、それが気分に張りを持たせることにつながると考えれば、健常者との一番の違いは余暇の利用法にあるといえるのではないだろうか。施設でも健常高齢者の生活時間を把握した上で、入所者の生活の場に３次活動の時間を質的に向上できる設定をして欲しいと望む。

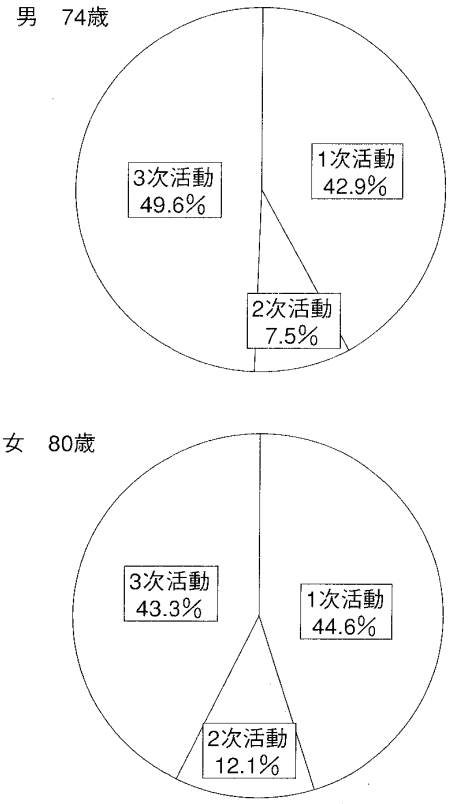


図４　高齢者の生活時間の状況
９月のある一週間の場合

４．施設での高齢婦人の衣生活の現況

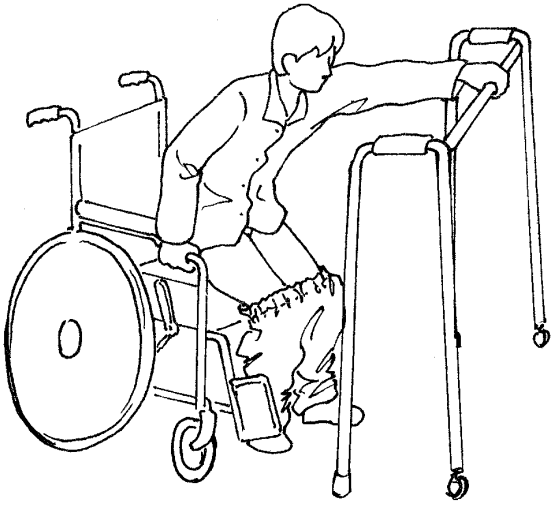
(1)衣生活の動向

衣生活は生活環境で得られる衣生活情報によって自分に必要なものを考え計画することに始まり、衣服を調達、収納、着装、手入れ、保管、処分することで成り立つ。それを毎朝起床とともに寝衣から着替え、その日のうちに何回となく衣服の着脱を行なう。施設での高齢者、つまり入所者はこれらをすべて行うことは不可能であり、調達や保管、処分、着脱の一部は他人に頼らなければならない。それが家族であったり、施設の職員であったりと身体状況に応じて様々である。特に着脱動作は容易ではなく、身体機能低下の度合いによっては着脱困難になり介助が必要となる。そのほか、加齢に伴う体型の変化、生理機能の衰え、運動の感覚機能の低下に加え、手指の動作がにぶるなど着脱動作に支障をきたす理由が多く挙げられる。衣服はそれらの部位を補い保護をする役目と同時に心を健康に保つ役割も果たさなければならない。それ故に衣生活に興味を示さない高齢者がまるっきり人任せというのもあまりにも寂しすぎる。

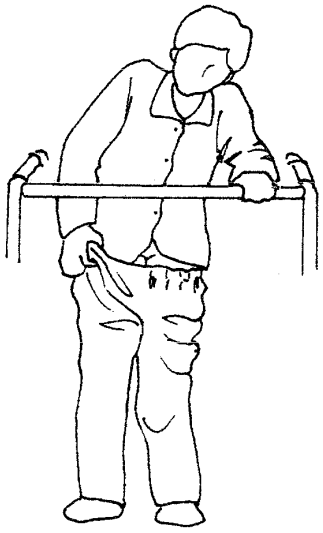
おしゃれとまではいかなくてもせめて自分の着たい衣服を、あるいは好みの色や組み合わせを考える楽しみぐらいは持ちたいものである。とかく消極的になりがちな着替え、化粧なども健康な生活のリズムを保つ上で積極的に取り入れていく配慮が必要である。

今回、衣生活の動向を探る上で施設での聞きとり調査を行い、入所者の生活の場に応じてそれぞれ差異がみられることを重要視することで、個人の生活を整えることへの第一歩と考える。まずはそのための手掛かりとしたい。

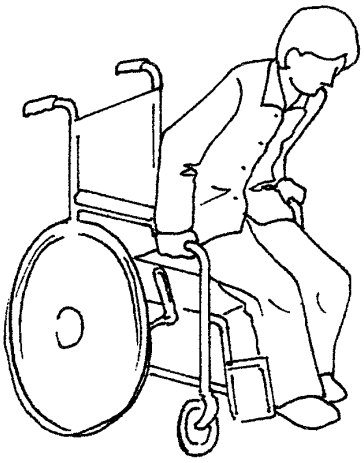
ズボンをはく動作



①車椅子に座ったままでズボンを
両足に通し、膝まで上げる

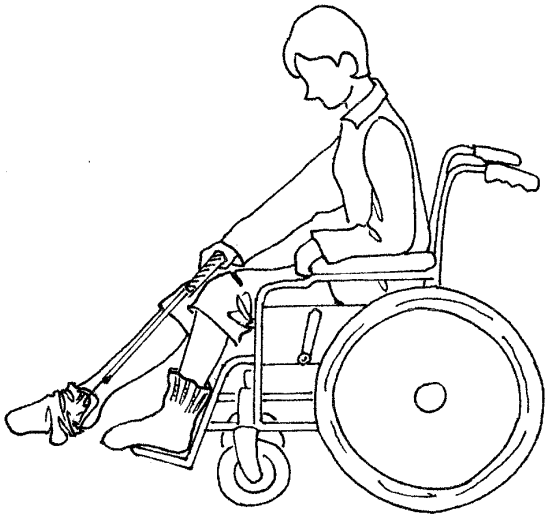


②歩行器につかまり、立ち上がってから
大腿部、腰へと引き上げながらはく

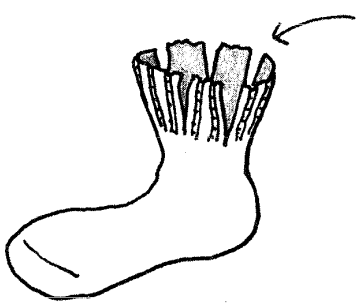


③車椅子に腰をおろす

靴下をはく動作



①つま先まで入れた靴下をリーチャーで引き上
げる



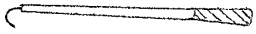
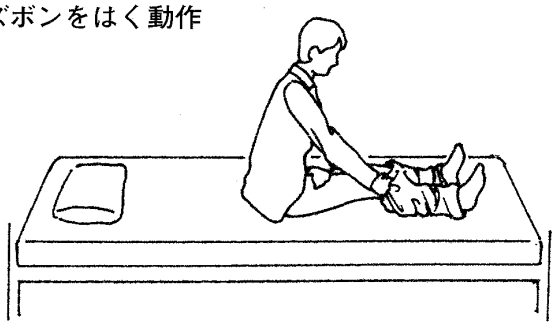


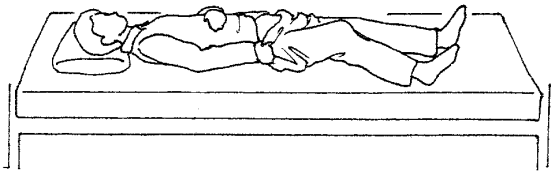
図5　事例1　ズボン・靴下をはく動作

年齢：66歳　女子，施設在年数：1年，
介護：要支援，身体状況：慢性関節リウマチ，
日常歩行：電動車イスを使用，
自助具：必要（手作りのリーチャー），
更衣動作：自立した更衣を目指したいとの気
持ちから自助具を使用しての着脱

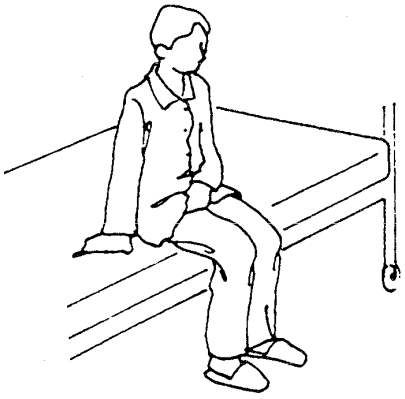
ズボンをはく動作



①ベッドの上で健手を使ってズボンを膝まで上げる



②ベッドの上に横たわりズボンを引き上げる



③はき終えて腰かける

上着も同様に、まず右の健手を使って左半身に着せかけ、それから右半身に袖を通す。この動作は車椅子に座ってはやりにくく、ベットの上か椅子に腰掛けて行なう。

図6　事例2　ズボンをはく動作

年齢：77歳　女子，施設在年数：10年，
介護：要支援，身体状況：左半身マヒ，
日常歩行：車イス使用，自助具：なし，
更衣動作：自立した更衣動作

(2)衣服の具備条件

高齢者の更衣動作は加齢や症状に応じてずいぶん異なる。そのため自立して着脱できる衣服を選ぶ必要がある。もちろん自立から介助が必要になる場合は介護者が着せやすい衣服に変わってくるが、ここでは自立して着脱する高齢者（**事例1**、**事例2**）の更衣動作を中心に衣服の具備条件を述べる。

①サイズは大きめ

自立で着脱する高齢者にとって、サイズは重要である。なぜならば身体機能に大きく左右されるからである。**事例1**（**図5**）の高齢者は関節リウマチによる両手足の動きが悪いため着る時には後身巾の広いもの、つまり後にギャザーやタックの入ったデザインが必要である。**事例2**（**図6**）の高齢者は左半身マヒのため、まずは左手や左足から更衣動作を行うためゆったりめのサイズが必要となる。ただし、ゆったりめのサイズを選ぶ時は肩巾、袖丈も大きくなりがちなので気を付けたい。これらから身体の特徴に合うサイズが適合サイズといえることがわかる。

②着脱しやすい

事例1の高齢者は、介助のある着脱を望んでいるが、自分以上に大変な人のことを思えば、甘えていられない気持ちから自助具を使用しながらゆっくりと時間をかけて更衣動作を行なっている。可動域は肩関節が狭いため衣服の身巾や袖付けにゆとりを持たせない着脱は困難でありデザインは前明きがよい。その際、着脱の時腕が上がらないため自助具を使用する。指先もうまく使えないので釦のかけはずしは容易ではない。**事例2**の高齢者は健常高齢者と同じレベルにはいかないまでも、自立した更衣動作を行なうことができる。最初に動かない部位を通すため前明きのブラウスを選びズボンは伸縮のある素材でしかもウエストはゴム入りを選ぶ。いずれの場合も衣服の開口部は広く、全体にゆとりのあるものが望ましい。

また、前明きの釦の大きさや数、釦と穴かがりの関係などは、健常者にはなにげないこ

とでも障害者にとってはちょっとした工夫によってボタンもかけやすくなるので選ぶ時の目やすとしたい。あるいは市販のズボンのゴムは強すぎるというアンケート[8]結果からもゴムはゆるめがよいなど細心の配慮が必要である。

表2に身体機能に見合った着脱のしやすさを例に挙げてみる。

表2　障害の内容と着脱しやすさの配慮例[5]

障害の要素	疾患・障害例	衣服の着脱しやすさへの配慮
精神的知的障害	脳性麻痺 四肢麻痺	1）衣服の前後、左右、裏表を区別しやすくする。 2）ゆとりを多くする。 3）簡単で単純な構造にする。
全身状態の低下（動悸、息切れ、疲労など）	心臓疾患 呼吸器疾患	1）衣服の枚数、重量を少なくする。 2）着脱が座位、臥位でできるようにする。 3）エネルギーを消費しないように自助具を工夫する。
関節の可動が不自由	関節リウマチ 四肢麻痺	1）伸縮性に富む素材を利用する。 2）可動域によっては、衣服を分解して着脱できる形態がよい。 3）開きを大きく、前にもってくる。 4）留め具は簡単なものにする。
筋力の低下	同上	1）衣服の重量を軽くする。 2）摩擦抵抗の小さな素材を用いる。 3）留め具は力を必要としないものにする。 4）手指の把持力が小さい場合は、引っ掛ける、押すなどの力を利用する。
強調運動の低下（巧ち性、コントロール性）	脳性麻痺 義肢使用 など	1）着脱動作の簡単な形態にする。 2）留め具をなるべく使用しないか、簡単なものにする。 3）伸縮性の素材で、ゆったりしたデザインにする。

資料　日本繊維製品消費科学会編『繊維製品消費科学ハンドブック』光生館、428頁、1988.

③素材の選び方

事例1の高齢者は車イスを利用しているので背もたれによる背中のしわが気になるため、しわになりにくく洗濯のしやすいポリエステルのブラウスを好む。**事例2**の高齢者は皮膚が弱いので肌ざわりのよい刺激の少ない綿素材の製品（綿の肌着に綿のブラウス）を好み、ズボンとベストは伸縮性に優れているニット素材の製品を着用。特にこれから寒くなると暖かく軽いウールの上着があるといいとの希望もあった。それぞれの特性によって選ばれる素材にも差異がみられる。

④着用目的について

衣服は、それを着るための時期、場所もさることながら、着る人が何のためにどのように着用したいかなど目的にあった衣服を着用することが大切である。**事例1**の高齢者は、以前は既製服の仕事をしていたことから衣服に関する知識には詳しかった。この女性の一番の目的は着脱しやすく、洗濯が楽で、しわになりにくい衣服を選びたいことにある。今までにも介護衣料品店を尋ねたが自分の思う衣料がなく結局は工夫して改良したものを身につけているという。当然おしゃれは二の次である。それに比べ**事例2**の女性はおしゃれである。とにかくできる限りおしゃれをしたいと、この日もピンクのブラウスに黒のベスト、グレーのズボン、胸元にはアクセサリーをつけていた。見て呉れの悪い服は着たくないし、気分も滅入るので自分の好きな服を着て、毎日を楽しみたいと目を輝かせる。その女性の一番の悩みは左足に補助器具を付けていることである。左右の両足の大きさが違うため足に合う靴下や靴がないのでサイズの違う色や柄、厚さの違う靴下や靴があれば重宝するとの意見もあった。また二人共、車椅子のため膝が冷えるというので9月初旬にもかかわらず膝掛けを使用している。むろん、バスタオル程度の物である。あるいは今頃の時期はベストが重宝するので手放せないとも。このように施設内での着用は個々の身体機能や条件などの特性に合わせて衣服の選択が異なる。どのように着用するか、あるいは着用すべきかを明確にし、目的、条件に合った衣服の選択が必要である。もちろん自立した更衣動作に見合う衣服であることも重要である。

(3)衣生活の環境づくり

1998年8月のGFF（岐阜ファッションフェア）の「ノーマライゼーション」コーナーには、高齢者や身体機能にハンディを持った人のためのファッション市場がないことが示された(**表3**)。

それによれば高齢者や障害者専用に生産されている既製服は極めて少なく、決して満足度の高いものとはいえない。むしろ不満の残

る状態であることは言うまでもない。高齢者に快適な衣服を提供することは、つまり入所者にとっても快適な衣服となり得るのである。

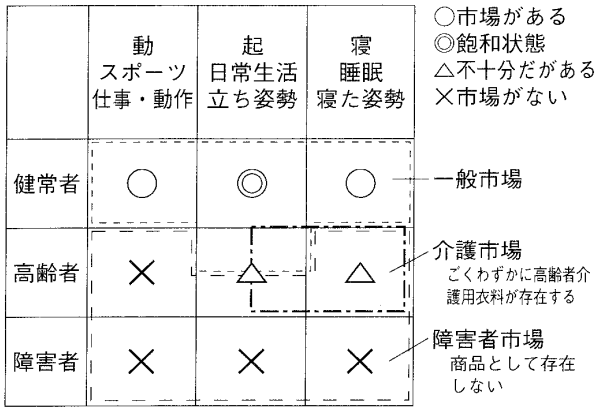


図3　GFF：ノーマライゼーション・コーナー
『現在は高齢者・障害者のため[8]のファッション市場がありません』

バリアフリーファッションやユニバーサルファッションと呼ばれる衣服の提供が盛んに行なわれる中、高齢者や施設入所者あるいは障害者において、望ましい衣生活がどれだけ整えられるかは今後の課題となるであろう。身体機能の低下を負担に捉えるのではなく、介助を得られながらも自分の着たい服を着たい時に着られるよう、自ら装うことへの関心を積極的に持ってもらいたいと望む。それが社会の一員として「長寿社会」のあるべき姿であると考えるからである。

また、おしゃれについてはある施設長から精神活動におしゃれは必要であり、おしゃれをすることで、痴呆が悪化しない例もある。「今日は素敵ね」と声をかけることにどれだけの重みがあるかを考えればできる限りのおしゃれをしてもらいたい、おしゃれは必要と伺った。更衣動作から介助を必要とする人、介助を必要としない人、自助具で自立した更衣ができる人、寝たきりですべて介助が必要とする人など身体機能に応じてさまざまな更衣動作があるものの少しでも適切な衣料が調達できるよう心掛けなければならない。

おわりに

施設の環境整備は、どの施設も概ね満足すべき結果であったが、問題はやはり施設内での生活の場に関わる介護となろう。介護の担い手は介護福祉士を始めとする職員のきめ細かいサービスがものをいう。つまり入所者と職員の信頼関係の上に成り立つコミュニケーションがなによりも大切であることを痛感した。入所者がこれまで生活をしてきた家庭環境、家族、地域性に至るまでを把握することで施設の生活が成り立つ。その上で個別の介護と向きあうため職員の気持ちが即、入所者の満足度に反映すると言っても過言ではない。しかし、満足度の高いサービスにも限界は必ずある。人の心や家族の気持ちにも踏み込めれない複雑な部分が厚い壁になることも考えなければならない。そのような現場の声、環境を知った上で入所高齢者の衣生活の動向調査は貴重なものであった。その結果現在の衣環境はまだまだ不充分なものであり、そこには機能性すらも配慮されていないことがわかった。今後は入所者の身体機能に合わせた、しかもおしゃれな衣服が提供されるべく衣生活環境を整えたい。「おしゃれに反応すれば」「おしゃれをするうちは大丈夫」というだけでなく、積極的におしゃれを誘発することを願って研究をすすめたい。

謝　辞

本研究の遂行にあたってご協力頂きました大雄会　老人保健施設アウン、リバーサイド川島園、井の口会　さくら苑、第三岐阜老人ホーム、寺田ガーデンの各施設長、施設長補佐及び職員の皆さまに厚く御礼申し上げます。

また、本研究を遂行するにあたり、ご懇切なご指導を賜りました学園長神谷みゑ子先生、元奈良女子大学教授相川佳予子先生（現　広島女学院大学）に深く感謝申し上げます。

さらに、その他多数の施設訪問に快く案内して下さいました皆様に感謝申し上げます。

参　考　文　献

1）酒井豊子:家政学概論，メヂカルフレンド社,1999
2）高崎絹子：介護技術，メヂカルフレンド社,2000
3）小笠原祐次:衣類着脱と安楽な体位，中央法規出版，1999
4）「介護福祉士教材」編集委員会：老人介護と家政，メヂカルフレンド社,1990
5）福祉士養成講座編集委員会:家政学概論，中央法規出版，1999
6）中根芽一：私たちの生活科学，理工学社，1996
7）総務庁編：高齢社会白書，平成12年度版
8）高間由美子:これからの高齢婦人の衣料を考える(ファッション・バリアフリーの普及)，東海女子短期大学紀要第26号，P18，2000